

La vida occidental ataca las defensas

El estrés y malos hábitos alimentarios disparan las alergias y enfermedades autoinmunes



Un riesgo. El cada vez menor contacto con los parásitos y la vida aséptica impuesta en la sociedad moderna provocan una disfunción del sistema inmunitario, también en los niños

CELESTE LÓPEZ
Madrid

Se necesitarían muchas líneas para enumerar las enfermedades autoinmunes e inflamatorias que afectan al ser humano y otras tantas para contabilizar los distintos tipos de alergias que puede presentar el hombre... Pero sólo se precisa de dos palabras para explicar qué tienen en común: el fallo del sistema inmunitario, es decir, el sistema que constituye las defensas naturales del organismo. Pero, ¿por qué falla? La ciencia aún no ha encontrado la respuesta, pero lo que se ha constatado es que en los últimos años se han disparado los casos de alergias y de afectados por enfermedad autoinmune y la única razón que puede expli-

carlo es que los hábitos de vida de Occidente —alimentación, estrés, falta de ejercicio...— están repercutiendo seriamente en las barreras naturales del organismo.

Este es uno de los puntos tratados en el encuentro científico sobre Investigación en Inmunología, celebrado ayer en la Real Academia Nacional de Medicina, de Madrid, con motivo del día internacional de la Inmunología. El doctor José Ramón Regueiro, catedrático de esta especialidad de la Universidad Complutense de Madrid, señaló que el cada vez menor contacto con los parásitos y la vida aséptica impuesta en la sociedad moderna está provocando una disfunción del sistema inmunitario, "porque no se está utilizando para lo que estaba diseñado que era defender al organismo de las infecciones". Y reiteró

que el exceso de higiene, la falta de contacto con el campo, entre otras cuestiones, ha provocado que la población esté cada vez menos expuesta a los patógenos, por lo que el sistema inmunitario se torna "ocioso". Es curioso, señaló, cómo han bajado las enfermedades infecciosas mientras crecen las autoinmunes y las alergias.

"Los científicos hemos cometido un grave error. Creíamos que el sistema inmune era atacado por las bacterias y nos hemos dado cuenta de que son las bacterias las que protegen el sistema". Así lo indicó el doctor Marc Daeron, director del área de inmunología y alergología del Instituto Pasteur de París, centro de referencia en la investigación en biología, microbiología e inmunología. El doctor Daeron explicó que

Enfermedades crónicas

El gran problema para los que padecen una enfermedad autoinmune es, precisamente, que por el momento no existe tratamiento al desconocerse qué es lo que hace que el propio sistema inmunitario se convierta en el agresor del propio organismo. Muchas de estas enfermedades no tienen efectos directos sobre la salud física del paciente, como es el caso del vitiligo (muerte de las células responsables de la pigmentación de la piel), pero en otros sí, y además, serias. Es el caso de la diabetes, la fibromialgia, la esclerosis múltiple, el lupus eritematoso o la artritis reumatoide, que afectan a varios órganos. Hay otras específicas de un órgano, como la anemia perniciosa, la atrofia gástrica, la enfermedad de Crohn, la colitis ulcerosa o las diabetes melitus tipos 1 y 2, enfermedades serias que condicionan seriamente la vida de quienes la padecen y que, en muchos casos, llegan a ser invalidantes. A estas se unen las alergias, que dependiendo de la severidad pueden llegar a producir asma.

INMUNIDAD INNATA

FLORA

El organismo posee una serie de barreras naturales que lo protegen de la infección de agentes patógenos y una protección biológica por medio de la microflora natural que posee. En la flora intestinal se encuentra el 70% de las defensas.

en este momento los 200 investigadores de este organismo trabajan en el estudio del desarrollo del sistema inmunológico, de las respuestas del mismo y las patologías derivadas de él. "Estamos estudiando cómo funcionan los anticuerpos y estos con los antígenos, y hemos comprobado que las células tienen receptores activos e inhibidores", explicó. De todo esto, se espera que algún día se pueda entender por qué el sistema inmune reacciona contra una parte del organismo, o contra sustancias en principio inofen-

"Creíamos que las bacterias atacaban el sistema inmune y hemos visto que son las que lo protegen"

sivas, como el polen o el polvo.

Una de las líneas de investigación abiertas en este momento es cómo los alimentos pueden influir en la activación de las defensas. En este sentido, la doctora Ascensión Marcos, profesora de Investigación del CSIC, apuntó que numerosos trabajos han puesto de manifiesto que los alimentos que contienen probióticos, es decir, microorganismos beneficiosos para el organismo si se incorporan a la dieta diaria, ayudan a regular el sistema inmune.

Regueiro aprovechó la ocasión para exigir un mayor compromiso por la investigación en este área y pidió la creación del Instituto de Inmunología, como el CNIO (investigación sobre el cáncer) o el CNIC (enfermedades cardiovasculares). "La inmunología estudia procesos que afectan a multitud de patologías, y se necesitan inmunólogos para poder entenderlas", indicó. La investigación en inmunología en España no llega al 3% de la producción científica nacional, frente al 5% de Italia, el 7% de Francia y el 10% del Reino Unido. ●